

POSILOVÁNÍ IMUNITY POMÁHÁ DĚTEM S OPAKOVANÝMI RESPIRAČNÍMI INFEKCEMI A TAKÉ ALERGIKŮM



Prim. MUDr. Zuzana Vančíková, CSC.



MUDr. Zdeňka Růžičková



MUDr. Miroslav Černý

V OBDOBÍ POSLEDNÍCH ZIMNÍCH ZÁCHVĚVŮ A NASTUPUJÍCÍCH ALERGIÍ JSME OSLOVILI PRIM. MUDR. ZUZANU VANČÍKOVOU, CSC. (ZV), MUDR. ZDEŇKU RŮŽIČKOVOU (ZR) A MUDR. MIROSLAVA ČERNÉHO (MČ), TŘI DĚTSKÉ LÉKAŘE Z RŮZNÝCH KOUTŮ ČESKÉ REPUBLIKY, S DOTAZY NA AKTUÁLNÍ SITUACI V JEJICH AMBULANCÍCH A NA MOŽNOSTI PREVENCE A LÉČBY INFEKČÍ DÝCHACÍHO ÚSTROJÍ.

Paní doktorko, pane doktore, jak byste charakterizovali současné období z hlediska nemocnosti dětí?

ZV: Nemocnost dětí je stále vysoká. Převažují jako vždy infekce dýchacího traktu. Doznívá chřipka, která je mnohdy provázena bakteriálními komplikacemi. Na našem oddělení jsme například počátkem roku léčili pacientku s pneumokokovým zápallem plic s rozsáhlým výpotkem a pacienta s pneumokokovým zánětem mozku. Po zimní „přestávce“ se objevil už i rotavirový průjem.

ZR: V současné době je zvýšená nemocnost dětí až na hranici epidemie. Toto období trvá již od prosince 2012 s krátkými poklesy nemocnosti během prázdnin. V mé praxi zjišťuji i změny klinických obrazů nemocí. Horečky při virózách i chřipkách netrvají cca 3-4 dny jako dříve, ale 6-8 dní. Bolestivost při zánětu středního ucha u dětí je nyní minimální, spíše žádná. Častěji než kdy jindy provádíme laboratorní vyšetření, tj. sedimentaci červených krvinek, krevní obraz, tzv. C-reaktivní protein, příp. jaterní testy, abychom vyloučili bakteriální onemocnění. Výjimkou není kombinace virového a bakteriálního onemocnění (spála a chřipka typu B), nebo 2 virových chorob – příušnice potvrzené laboratorně spolu s EB-virózou, a to u dítěte řádně očkovaného. Téměř každé 1,5leté dítě přichází do ordinace s onemocněním horních cest dýchacích – dráždivým, bolestivým, úporným kašlem. Nezřídka bývá diagnostikován zánět plic. Navíc se zvyšuje výskyt alergických reakcí po podání antibiotik, jejichž účinnost stále klesá.

MČ: V mé ordinaci se v tomto období setkávám zejména s těmi dětmi, které prodělaly

od září již několik infekčních chorob dýchacích cest, léčenými i antibiotiky, a jejich rodiče si neví rady s dalším onemocněním. V této chvíli mám na mysli zejména děti předškolního věku, s ne zcela vyzrálým imunitním systémem, děti dostávající se v předškolních zařízeních do častějšího kontaktu s podobně nedolčenými vrstevníky. A v důsledku této skutečnosti rovněž získají další virové onemocnění. Je proto nanejvýš vhodné zvážit další možnosti, jak stav jejich sliznic vyvést ze začarovaného kruhu trvajícího podráždění dýchacích cest. Přetrvává např. výtok z nosu, týdny neustupující suchý kašel bez horečky apod. S dětmi, u kterých jsme (po dohodě s rodiči) upřednostnili od září preventivní přístup, se vídám minimálně. Prevence znamená pouze jistou formu obrany před možným onemocněním, nýbrž je určitým druhem léčby, která vede k nastolení rovnováhy v organismu jako celku, imunitní systém nevyjímaje.

Jaká doporučení dáváte z hlediska prevence respiračních infekcí?

ZV: Prevence infekcí dýchacího ústrojí spočívá především v režimových opatřeních: vyhýbat se místům a situacím, kde může dojít k nákaze, omezit návštěvy hromadných kulturních akcí, nákupních center, bazénů, pokud možno se vyhnout hromadné dopravě a dodržovat základní hygienická pravidla. Důležitá je také správná životospráva a stravování, mnoho nesolit, nekouřit, pobývat v čistém prostředí, dostatek odpočinku, omezení stresu, dostatek vitamínů - to vše pomáhá zabránit infekcím nebo je lépe zvládat. Dalším krokem, který je vhodné provést již před začátkem sezony, je očkování proti možným vyvolatelům těchto infekcí. K dispozici je například vakcína proti pneumokokům nebo proti

chřipce. U pacientů, kteří sami z nějakého důvodu nemohou být očkováni, je vhodné, aby byli očkováni všichni ti, kdo jsou s nimi v úzkém kontaktu.

ZR: Pro prevenci onemocnění zimního období doporučuji svým pacientům především rozumnou životosprávu – klid v rodině bez závažných stresových situací, dostatek spánku, pobyt na čerstvém vzduchu ve vhodném oblečení, otužování. Nesmíme opomíjet dostatek tekutin, ovoce a zeleniny, dodržování výživové pyramidy a omezení pobytu v uzavřených prostorách s velkým počtem lidí (kina, divadla,...). Pro zlepšení imunitní odpovědi radím i přírodní medikamentózní léčbu – léky fyziologické regulační medicíny (FRM), event. léčiva rostlinného původu nebo homeopatika, ale též probiotika a prebiotika.

MČ: Domnívám se, že současné ovlivnění imunitní odpovědi na úrovni nespecifické (vrozené) i specifické (získané) imunity je tím nejlepším řešením. Pokud mají maminky často nemocných dětí kladnou zkušenost s přípravky obsahujícími například imunoglukan, doporučuji v jejich užívání pokračovat.

Jakou máte zkušenost s látkami ovlivňujícími imunitu a které využíváte ve své praxi?

ZV: Vyladění imunity je vhodné u pacientů trpících zvýšenou nemocností, u kterých není prokázána vrozená nedostatečnost

imunity nebo jiné onemocnění, vysvětlující jejich zvýšenou nemocnost. V těchto případech je na místě léčba příčiny. Stále se ale setkáváme s pacienty, u nichž se i po důkladném vyšetření nenajde vysvětlení, a přesto jsou náchylnější k infekcím. Ve své praxi využívám např. imunoglukan, méně pak tzv. bakteriální lyzáty. Vliv beta-glukanů na imunitu byl zkoumán na zvířecích modelech i v celé řadě klinických studií na celém světě. V letech 2009 – 2010 proběhla klinická studie posuzující účinnost a bezpečnost imunoglukanu také u nás a na Slovensku. Zúčastnily se jí předškolní děti trpící častějšími infekcemi dýchacího aparátu (více než 5 do roka). Během podávání imunoglukanu po dobu 6ti měsíců bylo 36% dětí zdrávo, neonemocněly ani jednou infekcí dýchadel. Tento výsledek se statisticky významně lišil od skupiny užívající placebo, respektive pouze vitamin C, kde neonemocnělo pouze 21% dětí. Také frekvence těchto infekcí byla u 66% dětí v aktivní skupině hodnocena dětskými lékaři jako významně snižena. Nežádoucí účinky nebyly zaznamenány.

ZR: V mé praxi registrují své děti rodiče upřednostňující spíše prevenci než léčbu a mají s ní dobré zkušenosti. Výborné výsledky mám u svých pacientů s léčbou pomocí přípravků Gunaprevac a Citomix. Každý z léků doporučuji podávat pouze 1x týdně. Citomix se užívá v dávce 10 pelet větším dětem a 5 pelet menším dětem, a to každou středu po dobu 6 týdnů, Gunaprevac pak 1 dóza větším a půl dózy malým dětem každou neděli. Tuto léčbu

inzerce

PRO FYZIOLOGICKOU FUNKCI IMUNITY

Imunoglukan P4H[®]

doplněk stravy

obsahuje imunoglukan a vitamin C

Pečujte o svoji imunitu, je to váš nejdůležitější pomocník, například:

- ◆ v období chřipek a nemocí z nachlazení
- ◆ při opakovaných infekcích (např. dýchacích cest, ...)
- ◆ při přecitlivělosti na alergenů
- ◆ při nástupu dětí do kolektivu
- ◆ při častém užívání antibiotik
- ◆ při stresu (psychické a fyzické námaze)
- ◆ při chemo a radioterapii



doplňky stravy

doporučuji opakovat po dalších šesti týdnech pauzy, ve které často radím podávat sirup Imunoglukan v dávce 1 ml na 5 kg hmotnosti pacienta. Z uvedených přípravků jsou všechny volně prodejné v lékárně, pouze Citomix je na lékařský předpis.

MČ: Mám-li být konkrétnější, zmíním také registrovaný víc složkový přípravek Gunaprevac, jehož jednotlivé složky působí na více úrovních. Pro věkovou kategorii dětí, kterou jsem zmiňoval výše, je velmi důležitý tzv. sliznici stabilizující efekt. Toto opatření snižuje riziko rozvoje infekčního procesu, při jeho vzplanutí jsou příznaky např. chřipky nebo jiného virového onemocnění mírnější a dříve ustupují. Skutečnost, že jednotlivé složky přípravku jsou v nízkých dávkách, což umožňuje doporučit jeho užívání již od kojeneckého věku, je pro mě jedním z velmi důležitých faktorů.

S blížícím se jarem přichází i období alergií. Jak na tento fakt připravujete své pacienty?

ZV: Mnoho pacientů s pylovou alergií dostává před začátkem sezóny pylové vakcíny, u některých typů vakcín se v podávání pokračuje i v sezóně a některé jsou užívány celoročně. Těsně před zahájením pylové sezony začínají pacienti užívat protialergické léky celkově, případně antialergické místně působící léky do očí a nosu. Někteří astmatici musí zvýšit dávky svých tzv. udržovacích léků ve vdechování. U alergiků, kteří jsou náchylnější k infekcím, mám

dobré zkušenosti s vyladěním jejich imunity např. pomocí imunoglukanu, který aktivuje imunitu a působí i protialergicky.

ZR: Řada pacientů již netrpělivě očekává příchod jara, protože tato zima byla skutečně velice chudá na sluneční svit. Slunečné dny, či spíše minuty se sluníčkem, by se daly spočítat na prstech. Díky tomu je v populaci zvýšená únava, špatná nálada a někdy až depresivní chování. Pro zlepšení zdravotního stavu doporučuji podávat denně vitamin D₃ a vitamin C jako doplněk racionální stravy, a to zhruba do dubna. Před jarem předepisuji pacientům detoxikační kúru pomocí přípravku Guna –Matrix trvajícím 6-8 týdnů. U alergických pacientů dále přidávám Guna-Allergy Prev. Potíže pak bývají snesitelnější, nebo dokonce žádné, a tím se snižuje či omezuje celkově podávaných protialergických léků. Vždy je však nutné přistupovat k pacientovi individuálně a léčbu mu „šít na tělo“ podle jeho názoru a přání. Mou snahou je totiž léčit pacienta a ne pouze onemocnění.

MČ: Před třemi roky jsem rozšířil obvyklou preventivně léčebnou paletu o nový přípravek Guna –Allergy Prev, o jehož účincích jsem se dozvěděl v rámci publikované klinické studie italského dětského lékaře dr. Arrighiho. Guna-Allergy Prev je vhodné zařadit do preventivního schématu již nyní, přičemž je možné jeho současné užívání s jinými léky.

Za rozhovor děkuje PharmDr. Zdeněk Procházka, Edukafarm, Praha

inzerce

BRAŇTE SE NÁSTRAHÁM ZIMY



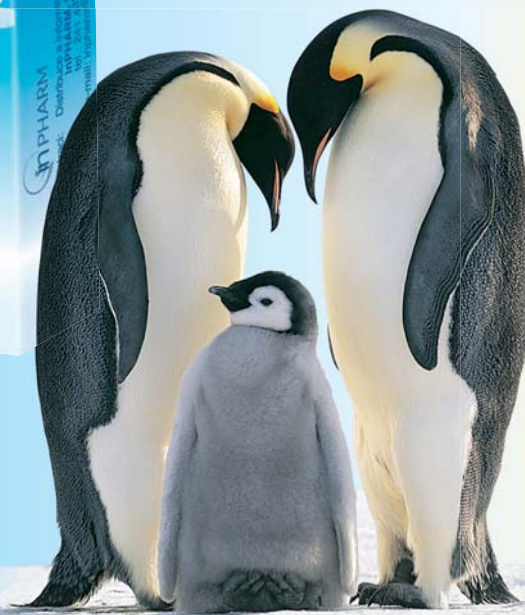
Lék k vnitřnímu užití.
Pečlivě čtěte příbalovou informaci.

k prevenci i léčbě

- ❖ šetrná, přírodní léčba
- ❖ pro děti i dospělé
- ❖ nežádoucí účinky nebyly dosud zaznamenány

K dostání v lékárnách a na www.samoleceni.cz

Anas barbariae hepatis et cordis extractum tradiční protivirová obrana



Haemophilus influenzae
snižuje riziko bakteriálních komplikací chřipky



Asclepias vincetoxicum
stimuluje přirozenou imunitu



Echinacea
stimuluje přirozenou imunitu



Aconitum napellus
snižuje horečku



Belladonna
ulehčuje dýchání, působí proti otokům sliznic



Cuprum
působí proti bolesti, snižuje horečku



Informační servis: inPHARM, s.r.o. tel.: 241 432 133, e-mail: inpharm@inpharm.cz, www.inpharm.cz